

## Kartoffelgulasch

1200 g	Kartoffel
180 g	Bauchspeck
480 g	Zwiebel
80 g	Butter
50 g	Paprikapulver
2 EL	Tomatenmark
4 Stk	Knoblauchzehen
1 Stk	Braunschweiger
1/2 Becher	Sauerrahm
1000 ml	Suppe (Würfel)
2 EL	Mehl
2 TL	Majoran
1,5 TL	Salz
1 TL	Kümmel
	Pfeffer / Chilli nach belieben
1 Glas	Ajvar

Die Kartoffel, Zwiebel und Knoblauch schälen. Zwiebel würfelig schneiden und Knoblauch durch die Presse drücken. Die Kartoffel in mundgerechte Stücke schneiden.

Etwas Öl in den Topf geben und Zwiebel und Speck anrösten. Knoblauch dazu und kurz mitrösten.

Tomatenmark auch dazu und kurz mitrösten. Jetzt das Paprikapulver dazugeben und kurz mitrösten.

(Dabei aufpassen, dass das Paprikapulver nicht anbrennt, sonst wird das Gulasch bitter!)

Das Ajvar dazugeben und mit der Suppe aufgießen, salzen, Kümmel, Majoran dazugeben und aufkochen lassen.

Danach die Kartoffel dazugeben und weich kochen (Dauer je nach Größe der Kartoffel ca. 20 - 25 Minuten).

In der Zwischenzeit die Braunschweiger in kleine Würfel schneiden und wenn die Kartoffel weich sind

dazugeben. Nochmal alles kurz durchziehen lassen. Kurz vor dem Anrichten den Sauerrahm

mit dem Mehl vermischen und ins kochenden Kartoffelgulasch einrühren. Kurz durchkochen und servieren.

6 Portionen

30 min. Kochzeit

50 min. Gesamtzeit

## Putenreisfleisch

500 g	Langkornreis
1000 ml	Wasser
600 g	Putenfleisch
4 Stk	Zwiebel
4 EL	Tomatenmark
5 EL	Paprikapulver
1,5 TL	Salz
	Pfeffer
2 TL	Majoran
2 EL	Essig
4 Stk	Knoblauchzehen
	Olivenöl zum Anbraten
	Pfeffer / Chilli nach belieben

Das Olivenöl in einem weiten Topf erhitzen und die Zwiebel glasig dünsten. Die Putenfleischwürfel zu den Zwiebeln in den Topf geben, salzen, pfeffern und von allen Seiten anbraten. Den Reis hinzufügen und ebenfalls kurz dünsten. Tomatenmark, sowie das Paprikapulver untermischen und ganz kurz anrösten, da das Tomatenmark sonst bitter wird. Nun mit einem Schuss Essig ablöschen, Etwas Öl in den Topf geben und Zwiebel und Speck anrösten. Knoblauch dazu und kurz mitrösten. keine Flüssigkeit mehr im Topf ist. Das Reisfleisch in tiefen Tellern anrichten mit Schnittlauch bestreuen.

6 Portionen

30 min. Kochzeit

45 min. Gesamtzeit

## Muschelpasta

1500 g	Venusmuscheln
600 g	Spaghetti
2 Stk	Zwiebel
6 Stk	Frühlingszwiebeln
5 EL	Olivenöl
150 ml	Weißwein (trocken)
150 ml	Sahne
150 g	Parmesan
	Salz, Pfeffer
2 Prisen	Zucker
	gehackte Petersilie

Muscheln gründlich waschen und geöffnete Muscheln entfernen.

Die Zwiebel schälen und würfeln, Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in Ringe schneiden.

Zusammen mit den Zwiebelwürfeln im heißen Öl 1-2 Minuten glasig dünsten.

Mit dem Wein ablöschen, ein wenig einkochen lassen.

Muscheln zugeben und zugedeckt 5 - 7 Minuten dünsten.

Etwas Öl in den Topf geben und Zwiebel und Speck anrösten. Knoblauch dazu und kurz mitrösten.

Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Nudeln im Salzwasser, al dente + 3 Minuten kochen.

Die abgetropften Nudeln sowie die Petersilie mit der Muschelsauce vermischen.

Nach Geschmack mit Basilikum und geriebenen Käse bestreuen und servieren.

Bereits vor dem Waschen geöffnete Muscheln nicht verwenden!

Nach dem Garen, geschlossene Muscheln nicht verzehren!

6 Portionen

15 min. Kochzeit

25 min. Gesamtzeit

# Kartoffel-Karotten-Apfel-Suppe

500 g	Selchkarree essfertig
800 g	Kartoffeln
400 g	Karotten
300 g	Äpfel (säuerlich)
300 g	Bauchspeck
4 Stk	Zwiebel
2 Stk	Knoblauchzehen
1 Bund	Petersilie
2 Liter	Suppe (Würfel)
4 EL	Olivenöl
	Salz
	Pfeffer
	Kümmel gemahlen
	Majoran
	Muskat

In einem großen Topf, Öl erhitzen.

Speck und Zwiebelwürfel mit der Knoblauchzehe langsam anbräunen.

Etwas Öl in den Topf geben und Zwiebel und Speck anrösten. Knoblauch dazu und kurz mitrösten.

Mit der fertigen Suppe aufgießen und ab und zu umrühren.

10 Minuten leicht köcheln lassen.

Die geschälten Karotten klein schneiden und dazu geben.

Alles für weitere 15 Minuten köcheln lassen.

Äpfel in der Zwischenzeit waschen, Kernhaus entfernen und klein würfeln und in den Topf geben.

Selchfleisch in kleine Würfel schneiden und in den Topf geben und noch einmal gut durchziehen lassen.

Petersilie waschen, trocken schütteln klein schneiden und in die Suppe geben.

Mit Salz, Pfeffer, Kümmel und Muskat abschmecken.

6 Portionen

30 min. Kochzeit

45 min. Gesamtzeit

## Pasta mit Pilzen

60 g	Butter
3 Stk	rote Zwiebeln
2 TL	brauner Zucker
300 ml	Rotwein
600 g	Braune Champignons oder andere festfleischige Pilze optional 1 Handvoll getrocknete Steinpilze, gehackt
3 Stk	Knoblauchzehen
1500 ml	Heiße Suppe (Würfel)
600 g	kurze Pasta nach Wahl
300 ml	Sahne
	Pfeffer
	Salz
150 g	geriebener Käse nach Wahl
2 Bund	Petersilie

Butter in einem großen Topf schmelzen, Zwiebeln und Zucker hinzufügen und bei mittlerer Hitze leicht karamellisieren.

Rotwein hinzufügen und vollständig einkochen lassen.

Etwas Öl in den Topf geben und Zwiebel und Speck anrösten. Knoblauch dazu und kurz mitrösten.

Mit 3/4 der heißen Suppe aufgießen und aufkochen lassen. Die Pasta dazugeben und ca. 15 Minuten

köcheln lassen. Immer wieder umrühren. Sahne hinzufügen und so lange weiter köcheln lassen, bis die Flüssigkeit größtenteils eingekocht ist, aber darauf achten, dass noch Sauce übrig bleibt damit das Gericht nicht trocken wird, sondern schön cremig bleibt. Gegebenenfalls von der restliche Suppe dazugeben. In der Zwischenzeit kann schon gewürzt werden, der Käse gerieben und die Petersilienblätter gehackt werden.

Erneut abschmecken und geriebenen Käses unter die Pasta rühren.

6 Portionen

15 min. Kochzeit

25 min. Gesamtzeit

## Thunfischaufstrich

2 Dose	Thunfisch in Öl
1 Stk	Zwiebel
250 g	Mayonnaise
1 Becher	Sauerrahm
5	Eier (hart gekocht)
4 Stk	Gewürzgurken
2 Stk	Apfel
1 EL	Kapern
	Salz
	Pfeffer
	Weißbrot

Thunfisch kurz in einem Sieb abtropfen lassen,

danach mit einer Gabel in einer Schüssel etwas zerrupfen.

Zwiebel schälen mit den Gewürzgurken in kleine Würfel schneiden.

Mayonnaise und Sauerrahm mit den Gewürzen vermischen.

Apfel waschen, Kernhaus entfernen und auch in kleine Würfel schneiden.

Etwas Öl in den Topf geben und Zwiebel und Speck anrösten. Knoblauch dazu und kurz mitrösten.  
zerkleinerten Kapern in die Mayonnaise geben.

Die geschälten und geschnittenen Eier

(Mit dem Eierschneider einmal Längs und einmal Quer schneiden.)

untermischen und nochmals abschmecken.

6 Portionen

20 min. Zubereitungszeit